

# BREZO

*Erica arborea* L.

FAMILIA: ERICACEAE

## Algo de la historia de la planta:

“El Brezo es el árbol más abundante y vulgar de nuestras islas, habiendo constituido unos de los elementos más importantes de la economía rural de nuestro archipiélago. Se ha utilizado como forraje y cama para el ganado y con su madera se han elaborado las mejores cachimbas, y producido el más apreciado carbón vegetal de las islas”. (Pérez Martín, José A. 1993).

## Descripción

Arbusto o árbol alto, de hasta 15 m., muy ramificado y frondoso, con múltiples y pequeñas hojas, estrechas como dientes de peine, opuestas y varias juntas alrededor del tallo, de color verde oscuro. Flores también pequeñas, blancas, como campanitas agrupadas en racimo al final de los tallos.

## Origen y ecología

Introducida. Naturalizada. No amenazada. Se considera de interés forestal o de usos tradicionales. Incluida en Anexo III de la Orden de 1991 sobre protección de especies de la flora vascular silvestre de la Comunidad Autónoma de Canarias; sin embargo no aparece en el Catálogo de Especies Amenazadas de Canarias de 2001.

## Localización

Se distribuye ampliamente por Canarias, Madeira, África y Europa. En Canarias es propia del Fayal-Brezal, entre los 500 y 2000 m. de altitud. Casi extinguida en Lanzarote y Fuerteventura. L, F, C, T, P, G, H.



**En Agaete:** en el Pinar de Tamadaba, muy repartido en diferentes localizaciones en medio de los pinos.

## Parte utilizada

Hojas, flores y sumidades floridas.

## Principios activos fundamentales

- ✓ Glucósidos: arbutina
- ✓ Taninos.
- ✓ Flavonoides.

## Propiedades e indicaciones terapéuticas:

- **Derivadas de la experiencia de uso tradicional**

En medicina popular se utiliza fundamentalmente como diurético y antiséptico en inflamaciones e infecciones de las vías urinarias.

- **Según el contenido en principios activos o ensayos farmacológicos**

La arbutina por la acción digestiva enzimática se convierte en hidroquinona, que ejerce un potente efecto antiséptico urinario.



- **Derivadas de ensayos clínicos:** No constan.

- **Avaladas por ESCOP o Comisión E u OMS:** No constan.

## Efectos adversos, incompatibilidades y precauciones

Evitar su utilización en caso de gastritis o úlcera gastroduodenal.



## Dosis y forma de administración

Infusión de una cucharada de las de sopa de 10 mls. = 3-5 grs. de hojas y sumidades floridas secas de brezo, para una taza de agua de 150 mls., verter el agua hirviendo sobre la planta, dejar reposar tapada durante 5 a 10 mins., para después colar y tomar. Tres veces al día.

## Ejemplos de utilización

### *Emplasto de hojas de brezo frente a picaduras de insectos*

En medicina popular se ha utilizado con éxito para el alivio de las picaduras de insectos un pequeño emplasto de hojas de brezo majadas y puestas sobre la piel afectada.

### *Infusión de brezo y otras ante infecciones urinarias*

También el brezo puede formar parte de mezclas de varias plantas para el tratamiento de las cistitis o infecciones urinarias: tallos de cola caballo, estilos de maíz, arrayán u otras.

## Testimonios de los Sabios de Agaete

**D. Antonio Vega, "Có":** "El Brezo es para el colesterol".

**S. Jorge Cruz Suárez** *Más de 100 Plantas Medicinales en Medicina Popular Canaria*. Las Palmas. Obra Social de La Caja de Canarias, 2007.